

# **HƯỚNG DẪN CHĂM SÓC SAU KHI GIẢI PHẪU RĂNG** **(DENTAL POSTOPERATIVE INSTRUCTIONS)**

## **NHỮNG ĐIỀU NÊN LÀM:**

- **NÊN** cắn chặt miếng bông gòn trong một tiếng sau khi giải phẫu.
- **NÊN** uống thuốc có chất ibuprofen (Advil, Motrin, v.v.) để giảm đau và sưng trước khi thuốc tê không còn.
- **NÊN** ăn thức ăn mềm, nhiều chất dinh dưỡng và uống nhiều nước trong 3 ngày để giúp chóng hồi phục. Nhai thức ăn nhẹ nhàng để giữ cho hàm vẫn hoạt động, nhưng cần cẩn thận.
- **NÊN** uống hết thuốc trụ sinh được kê toa cho quý vị, theo như chỉ dẫn.
- **NÊN** giữ vệ sinh răng miệng đúng cách trong quá trình hồi phục; cẩn thận khi đánh răng và dùng floss hai lần mỗi ngày.

## **NHỮNG ĐIỀU KHÔNG NÊN LÀM:**

- **KHÔNG NÊN** nhai hoặc uống đồ nóng trong lúc miệng còn bị tê.
- **KHÔNG NÊN** uống bằng ống hút trong 24 tiếng sau khi giải phẫu.
- **KHÔNG NÊN** hút thuốc trong 72 tiếng sau khi giải phẫu. Hút thuốc có thể làm cho chân răng bị khô.
- **KHÔNG NÊN** chà răng mạnh ở chỗ giải phẫu hoặc súc miệng mạnh trong ít nhất là 24 tiếng.

## **CHỖ GIẢI PHẪU SẼ NHƯ THẾ NÀO:**

- Chỗ giải phẫu của quý vị có thể cảm thấy hơi khó chịu và bị sưng từ 3-5 ngày. Đây là điều hoàn toàn bình thường.
- Vài ngày sau khi giải phẫu thỉnh thoảng chỗ giải phẫu có thể vẫn còn ra máu hoặc chất nước. Hãy cắn nhẹ vào miếng bông gòn ẩm hoặc trà gói để ngăn chảy máu. Đừng nhai miếng bông gòn hay gói trà đó.
- Trong vài ngày kế tiếp quý vị có thể sẽ cảm thấy bị buốt do sự thay đổi nóng lạnh của thức ăn uống và lúc nhai cũng như bị đau ở nướu răng. Sự khó chịu và sưng có thể giảm bớt bằng cách súc miệng nhẹ nhàng bằng **nước muối ấm** (pha 1 muỗng cà phê muối vào một ly nước ấm) ít nhất mỗi ngày 3 lần. Súc miệng nhẹ, ngâm và nhổ ra cho đến khi hết ly nước muối.
- Quý vị có thể cảm thấy chỗ cạnh sắc của xương chân răng mà trước đó đã nâng đỡ cái răng. Có thể có những mảnh xương nhỏ rơi ra trong khoảng một tuần sau đó. Đây là điều hoàn toàn bình thường.
- Nếu quý vị đã được khâu chỗ giải phẫu, chỉ khâu sẽ tự tiêu hoặc rơi ra trong vòng 4-6 ngày. Đừng cạy hoặc tìm cách tháo chỉ khâu ra.
- Nếu quý vị có điều gì lo lắng hoặc vết thương của quý vị không lành lại nhanh chóng, xin liên lạc với chúng tôi ở số 206-615-1835. Nếu quý vị gặp phải tình huống khẩn cấp, hãy gọi số 9-1-1.